

越来越多肾癌患者通过体检早期发现病情

预防肾脏肿瘤,听听专家怎么说

健康课堂

在老年人群中高发的肾癌,是泌尿外科常见的肿瘤种类之一,近年来发病率有增高趋势。从无锡二院了解到,随着生活水平的提高,百姓的健康意识逐步增强,目前越来越多的肾癌患者通过体检在早期得以发现,通过微创手术,使得患肾正常部分的功能得以保留。专家表示,肾癌的发病原因不明,可能与遗传、吸烟、肥胖和高血压等有关,预防肾脏肿瘤,需从改变自身习惯做起。

50-70 岁是高发年龄段

近期,二院泌尿外科成功开展了几例微创治疗高难度肾脏肿瘤保肾手术,其中不乏 80 多岁的高龄老人。市民吴老伯(化名)在体检时发现左肾占位,大小约 8.5×6 厘米。患者及家属心急如焚又束手无策,一度想放弃治疗。在二院就诊后,泌尿外科主任冯宁翰将患者收治入院,并做了完善的术前准备,为患者实施了微创手术。凭借丰富的临床经验和精湛的外科技术,仅耗时 60 分钟,手术不仅切除了患肾的巨大肿瘤,并且尽可能保留了正常肾脏的功能。术后病理提示患者左肾有癌细胞,但还未转移,肿

瘤切缘未见癌细胞,这说明手术非常成功。患者一周后便出院了。据介绍,肾癌通俗地讲就是肾脏上长了个瘤子,是泌尿系统常见肿瘤之一,约占成人恶性肿瘤的 2%-3%,占成人肾脏恶性肿瘤的 80%-90%,目前的治疗措施也有所创新,老年朋友们虽是高发人群,却不必“谈癌色变”。从性别来看,肾癌的发病人群男性高于女性,男女患者比例约为 2:1,城市地区高于农村地区,发病年龄可见于各年龄段,其中 50-70 岁为高发年龄。有数据显示近年我国肾癌发病率呈逐年上升趋势。

糖尿病患者更易发生肾癌

临床中发现,仍有部分患者因为肾癌早期无明显症状而很难察觉,或者对手术治疗存在畏惧心理,拖延了治疗。事实上,随着现代医疗技术的发展,外科手术已发生了翻天覆地的变化。“刀光剑影”的开放性手术作为传统方式的不二之选,往往给患者带去很大的身心创伤。但随着腔镜技术和医疗手段的不断进步,外科手术逐渐步入“微创时代”,创伤小、痛苦少、恢复快,大大减轻了患者的身体痛苦和心理负担。冯宁翰介绍,以往肾肿瘤典型的临床表现主要有“血尿、腰痛、腹部肿块”等,但此类病人就诊时往往病情已属晚期,有些甚至已发生局部及远处转移,手术只能将患肾全部切除,有些患者甚至需要做周围淋巴结清扫、肾静脉癌栓去除等手术,手术创伤较大,预后

很差,患者要受很大的痛苦。随着生活水平的提高,百姓对健康意识越来越重视,目前越来越多肾癌患者都是通过体检发现的,病情尚属早期,可以做微创的肾部分切除,仅仅切除肾脏肿瘤,保留患肾正常部分的功能。专家表示,肾癌的发病原因不明,可能与遗传、吸烟、肥胖和高血压等有关。部分职业或长期暴露于某种弱放射源中也可能增加患肾癌的风险。不科学的饮食习惯和滥用药物也是引起肾脏肿瘤的发病原因之一。在临床中还发现,进行长期维持性血液透析的患者患肾癌的比例有增多的现象,因此透析超过 3 年的患者应每年进行泌尿系统 B 超检查。糖尿病患者也更容易发生肾癌,肾癌患者中 14%患有糖尿病,是正常人群患糖尿病的 5 倍。

预防从改变习惯开始

冯宁翰提醒,预防肾脏肿瘤,要从改变自身习惯开始做起:不吸烟或尽早戒烟;水是最好的预防“药物”,多喝水可以降低毒素的有效浓度,减少患肾癌的几率;少吃高脂肪、高热量食物,坚持运动,控制体重,避免肥胖、高血压。多吃香蕉、胡萝卜以及甜菜等果蔬;患有肾囊肿等肾脏疾病应积极治疗,防止疾病的进一步发展;养成良好的卫生习惯,不食用霉变腐烂腌制食品;杜绝滥用药

物,在医生的指导下合理使用解热镇痛剂等药物;经常参加体育锻炼,增强机体免疫力。50-70 岁是肾癌高发年龄段,市民应注重按时体检并注意关注自己体检报告各项指标是否在正常水平。一旦确诊了,千万不能“拖”,更不要听信一些民间偏方,一定要及时到专业的医院积极进行治疗,防止疾病进一步发展。(晚报记者 蓝田 实习生 张佳琳)

“要命”的喉咙痛

酷暑的一天,惠山区康复医院门诊来了一位患有慢性支气管炎的老病人,家属把他带进诊室,急吼吼地诉说:“老人估计是吹电扇着凉了,最近喉咙痛得要命,一阵一阵的,痛得忍不住了,赶紧挂水消炎杀菌治疗,以前气管炎发作也住院挂水就好了,就怕喉咙痛止不住又让气管炎犯了。”老人在诊室安静地坐着,测量体温显示也不发热,查体咽部并没有明显的充血水肿症状,血常规也没发现感染指标异常,常规心电图并无异常提示。老人耳朵不好,医生在他耳边反复询问病史,老人说这喉咙不痛时还好,但痛起来就觉得真要命,最近一天要发作好几次。接诊医生觉得这喉咙痛得不一般,而且患者高龄,有长期吸烟史,有高血压病史,不会是心脏问题吧?难道是不典型的心绞痛?和家属沟通后医生建议转上级医院专科就诊。五天后电话回访,家属开心地告诉医生,老人喉咙不痛了,确实是心脏血管堵了,心绞痛发作引起的咽喉部疼痛感,在心脏支架手术后,病情稳定,家属并连声道谢。好险,幸亏提高了警惕,否则一旦没有及时处理,严重者发展成心肌梗死,后果不堪设想。心绞痛是冠心病的一种,除了典型的发作性心前区疼痛症状,有一小部分病人会表现为左手指痛、肩痛或牙痛、上腹痛等不典型症状。基层医生或非心血管专科医生在平常工作中要仔细询问病史,提高风险意识,特别是针对吸烟者、高血压糖尿病患者,需高度重视相关症状,及时正确地作出处理措施。在日常工作中要积极宣传健康生活方式,戒烟限酒,适当运动,提高对高血压、糖尿病等慢性疾病的知晓率、治疗率、达标率,积极发挥家庭医生的作用,从源头上预防控制疾病的发生发展。(惠康)

告诉您所不知道的

三叉神经痛以为牙痛 老太拔了三颗牙 这种“牙痛”警惕是三叉神经痛惹祸

脸一碰就针刺般痛,连讲话都痛,遇到这种情况,你可能得了三叉神经痛,千万别以为是压痛。易可中医医院创始人之一、上海曙光医院神经内科原主任魏江磊说,不少三叉神经痛患者误以为是牙痛,拔了好几颗牙都白拔了。黄阿婆曾以为自己是牙痛,已拔掉 3 颗牙了,直到去年才知道患的是三叉神经痛。黄阿婆每

次是左脸痛,痛起来碰都不敢碰。发作时针刺一样,不能刷牙、不能吃饭。这样的日子让黄阿婆觉得很难忍,曾动过手术的念头,但了解了即便是手术也无法断根,她还是决定不手术。目前,痛起来只能吃止痛药。魏江磊说,三叉神经痛,单纯靠止痛片副作用大,还有依赖性,一定不能盲目用药。三叉神经痛

属于离子通道病,在神经内科领域是比较难治的疾病。魏江磊是个肯钻研的名中医,越是西医没办法对付的疾病,他研究起来越有兴趣,他说这才是中医的厉害之处。经过多年临床研究,魏江磊发明了一套治三叉神经痛的中医疗法。该经验方在临床运用多年,让三叉神经痛患者告别了止痛药甚至手术。(江南)

沁三社区 青少年领略指尖上的艺术

日前,清名桥街道沁三社区请来民间面塑传承人,举办了以“非遗面塑 指尖上的艺术”为主题的青少年暑期活动。当天的沁三社区活动室格外热闹,非物质文化遗产“面塑艺术”传承人张彬、伏永红师傅上了一场生动的面人课。伏师傅边讲解边示范,简简单单的几块黏土,在她手里转瞬就变成了栩栩如生的面人作品。随后,在伏师傅的精心指导下,孩子们手中彩色面团黏土仿佛有了生命力。孩子和家长们共同创作中,感受了传统民间艺术的魅力。(沁彬)



社区动态



城南社区 非洲鼓亲子体验

近日,城南社区联合布米童艺共同开展了“心随鼓动”非洲鼓亲子体验活动,吸引了社区 15 对亲子家庭参加。活动旨在透过活力澎湃和充满大自然和谐韵律的传统非洲鼓乐,让更多的家庭学会抒发情绪,增进亲子关系。本次活动将家长互动融入教学,为孩子和家长搭建了一个互动交流的平台。(张可意) 陈钰洁整理